



*Ministero dell'istruzione e del merito*

**Liceo "G. Mazzini" Linguistico - Scienze umane - Economico sociale**

Sede centrale: Viale Aldo Ferrari, 37 - 19122 La Spezia Tel. 0187 743000 Fax 0187 743208

Succursale: Via A. La Marmora, 32- 19122 La Spezia Tel. 345 6805457

C.F. 80011230119 P. Iva 01195940117 Web: [www.liceomazzini.edu.it](http://www.liceomazzini.edu.it)

Peo: [sppm01000d@istruzione.it](mailto:sppm01000d@istruzione.it) Pec: [sppm01000d@pec.istruzione.it](mailto:sppm01000d@pec.istruzione.it)

## **ANNO SCOLASTICO 2022-2023**

Programma d'esame

**Materia : Scienze Motorie**

**Classe VG**

Parte Teorica

### **IL CORPO UMANO**

LE OSSA: nomenclatura

I MUSCOLI: nomenclatura e funzioni

LE ARTICOLAZIONI

I PARAMORFISMI

### **L'ALIMENTAZIONE:**

IL METABOLISMO E L'ENERGIA LA  
PRODUZIONE DI ENERGIA

I PRINCIPI NUTRITIVI

LA DIETA MEDITERRANEA

*SPORT E ALIMENTAZIONE*

### **NOZIONI DI PRIMO SOCCORSO:**

BLSD ED ALTRE URGENZE

### **STORIA DELLO SPORT**

LO SPORT E I REGIMI TOTALITARI

La Spezia 31 maggio 2023

Gli alunni

L'insegnante  
Paola Lombardi